

II. ПЕДАГОГИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

УДК 159.947.23

А.И. Ахметшина, студентка
Институт психологии и образования,
Казанский федеральный университет
г. Казань, Россия

РАЗВИТИЕ ЛИДЕРСКОГО ПОТЕНЦИАЛА У СТУДЕНТОВ

***Аннотация.** В работе представлены условия для развития лидерского потенциала, а также причины остановки развития дальнейшего лидера. Также подобраны эффективные упражнения, которые помогут развить потенциал и начать самостоятельно развиваться в данном направлении. Целью стало изучение проблематики пассивности молодежи и желание помочь им развить в себе лидерский потенциал, который подразумевает под собой активность. Материалы статьи представляют практическую ценность для психологов, родителей, а также студентов.*

***Ключевые слова:** лидерский потенциал, лидер, развитие, молодежь, мотивация, регулярность, уверенность.*

Мы часто можем слышать о том, что у современной молодежи нет лидерского потенциала, что она аморфна и живет сегодняшним днем. Но так ли это в действительности, и как можно развить лидерский потенциал?

Для начала разберем, что можно подразумевается под понятием «лидерский потенциал»? Лидерский потенциал - это совокупность психологических качеств, соответствующих потребностям общества и наиболее полезных для разрешения проблемной ситуации. То есть это качества, которые наиболее востребованы и актуальны в обществе, в котором хочет развиваться лидер [1]. В процессе развития наиболее проблемной и вместе с тем приоритетной является задача создания благоприятных условий. Это действительно важно, ведь в практике рыба, которая может вырасти более 25 см в длину в океане, никогда не получит такую длину в небольшом аквариуме.

Важно чтобы были условия для развития лидерского потенциала. Самым благоприятным условием будет наличие лидера, на которого можно равняться. Когда есть пример подражания, гораздо легче усваивать те нормы и качества, которые он демонстрирует. Если же такого примера нет, то должно быть желание поменять что-либо в своей жизни. Обычно на этом этапе процесс зарождения лидера у современной молодежи останавливается. Ведь не так много молодых людей, которые готовы полностью поменять свою жизнь для дальнейшего развития. Обычно ребятам легче просто жить так, как они жили вчера. И единственное, что может помочь молодежи в данной ситуации - это мотивация или упражнения для развития лидерского потенциала.

Для начального этапа я приведу несколько действительно действенных упражнений, которые помогут найти в себе лидера и развить его внутри себя, а самое главное преодолеть те внутренние барьеры, которые мешают в самореализации.

Первое упражнение заключается в том, что вам необходимо завести блокнот, в котором вы будете отмечать все волнующие вас события. Они могут быть как успешными, так и наоборот, но важно после каждого события

указывать анализ к нему. Так вы будете визуально оценивать свою деятельность и самого себя. В конечном этапе вы должны прийти к тому, что будете подмечать только свои успехи [2] .

Для начала попробуйте писать в него на протяжении двух месяцев, и к концу данного периода вы осознаете, насколько продвинулись в развитии себя.

Второе упражнение: Вы должны полюбить себя.

Смотрите в зеркало, уделяйте этому достаточное время из вашего дня. Смотрите в глаза самому себе. Испробуйте этот опыт на себе, начиная с коротких диалогов и оканчивая продолжительной беседой. Возможно поначалу будет непривычно, но не забывайте, что то к чему вы идете - это конечно же ваш результат, который вы получите.

Третье упражнение: Будьте активным.

Запишитесь на новую секцию, попробуйте танцевать, займитесь музыкой, выступите перед своей группой публично. Ищите в себе свои таланты и развивайте их. Для поиска себя нет понятия поздно. Важно рисковать, ведь приобретая опыт в вещах, оставшихся неизвестными, вы увеличите количество ваших будущих побед.

Четвертое упражнение: Возьмите на себя ответственность.

Наверное самое сложное на практике упражнение, ведь не так просто всегда и за все брать ответственность на себя. Напишите список 10 вещей за которые вы несете ответственность. Это и будет ваша возможность развить в себе лидера, а главное понять, что для вас является приоритетным.

Пятое упражнение: Придайте себе уверенность.

Примерьте на себя роль лидера. Двигайтесь как он, не сутультесь и старайтесь держать тембр голоса в полной уверенности. Каждая мелочь, которая отражается на вашем теле, несет определенную информацию о вас. Ведь гораздо приятнее смотреть на человека, который держится уверенно, чем на того, кто постоянно ходит с опущенной головой и уже выглядит проигравшим. Прямая осанка и расправленные плечи - это именно то, что заставит окружающих обратить на вас внимание и придадут вам чувство уверенности в собственных силах.

Посвятите несколько недель, а лучше месяцев проработке данных упражнений. Важно использовать каждое из них, ведь в совокупности вы получите действительно удивительный результат, а главное сможете развить в себе лидерский потенциал. Самое важное - это регулярность выполнения упражнений. Важно каждый день уделять этому время, ведь тогда результат будет действительно заметным.

Запомните, вы должны бороться со вчерашним собой и засыпать с мыслью, что сегодня вы стали лучше, чем вчера.

Литература:

1. Крылов А. Психология. - М.: Проспект, 2005. - С. 108-109.
2. Рубштейн Н. Полный тренинг по развитию уверенности в себе. - М.: Эксмо-Пресс, 2014. - 224 с.